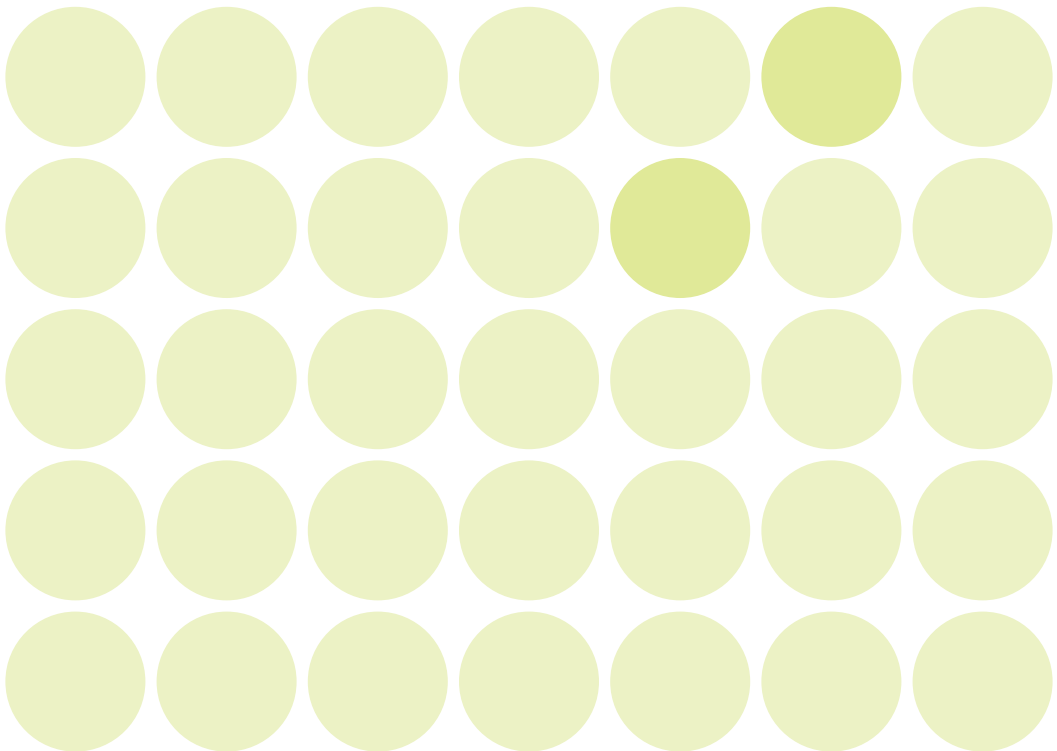


第2章

よい病院選び

インフォームド・コンセント／セカンドオピニオン



A まず“がんが治る”とはどういうことか説明しましょう。がんを治療しても再発・転移することがあります。手術して取り除いた段階では、まだ治ったかどうかは判定できません。治療後も定期的に病院で検査を受け、再発・転移がないかを調べます。一生再発・転移がなければ治ったと言えますが現実的ではないので、便宜上5年間再発・転移がなければ治ったと判断することにしています。がんが5年間再発しなかった（治った）割合を「5年無再発生存率」と呼びます。また、最初に治療してから5年後に生きている割合を「5年生存率」と呼び、「がんが治る」ことの目安としています。IA期では5年生存率が80%を超えており、約8割の患者さんが治ると考えられます。すなわち肺がんにも早期の状態と進行した状態があり、早期であるほど治る可能性は高いといえます。一方、進行してしまうと、たとえ治療してもがんが体内に残り、再発することが多くなります。ただし、進行した肺がんであっても、それぞれの進行度に合わせて適切な治療を受けることにより、かなりがんを抑えることができるようになりました。5年間がんを抑えることができれば、“がんが治る”のと同等の効果があったと考えることもできるでしょう。どの状態にどのような治療が適切かは、**臨床試験**によって確立されています。**(標準治療)***主治医と相談しながら適切な治療を続けることが大切です。

▶ *第4章「治療概要」の解説参照

用語解説

臨床試験

患者さんに少しでも効果の高い治療を提供するために新しい薬が開発されると、以前の標準治療と比べてどちらが優れているか確かめなければなりません。標準治療を受ける患者さんと新しい治療を受ける患者さんを分けて比べる場合、個々の患者さんにとっては治療ですが、その効果、副作用を分析してどちらが優れているか判断する場

合は、臨床試験と呼ばれます。

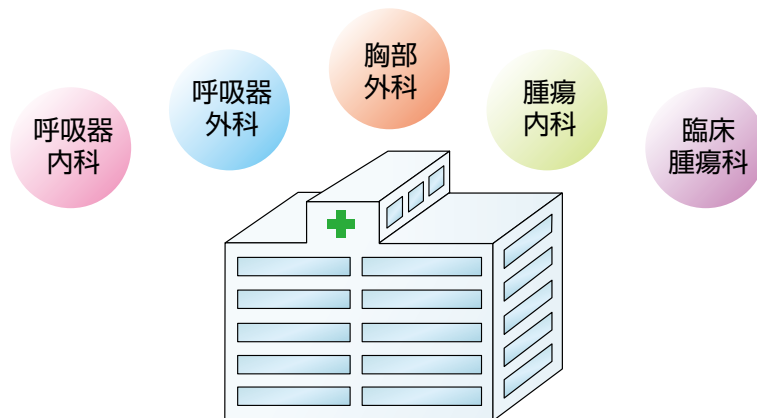
標準治療

現時点で効果が優れ、しかも副作用も耐えられるものであることが「臨床試験」ですでに証明されている治療法。医学の進歩により、逐次新しい治療が導入されているため、現在の標準治療も数年後には標準治療でなくなることもあります。

どの科を受診したらよいのですか

A まず、肺がんかどうかを診断するためには、呼吸器科（呼吸器内科や呼吸器外科）を受診してください（推奨度◎）。病院によっては、内科の一部門として呼吸器内科の医師が勤務している場合もあります。手術が適切と診断された場合は、肺の手術を担当する外科医に診てもらうこととなります。呼吸器外科とか、胸部外科と呼ばれています。通常は、呼吸器内科の担当医が外科医と相談し、外科医に紹介状を書くこととなります。病院によっては、呼吸器内科と呼吸器外科が協働して診療を行っていることもあります。また、最近では、がんの種類にかかわらず薬物療法を専門とする腫瘍内科や臨床腫瘍科で肺がんを扱う施設もあります。詳しくは受診しようとする病院に問い合わせるか、ホームページなどで調べてください。

各病院では、受診の際の相談カウンターを設けており、経験の豊富な看護師やケースワーカーを配置しています。受診しようとする病院を訪れた際に、わからない時は、遠慮せず相談してみるとよいでしょう。がん診療連携拠点病院（Q011参照）や病院機能評価認定病院では、相談センターを設置して患者さんへの相談に対応できる体制を取っています。



A 肺がんの治療実績があり、標準治療を基本とし、その上に標準治療を生み出すための臨床試験を推進している病院をお勧めします。国、都道府県のがんセンターや、厚生労働省が指定している**がん診療連携拠点病院**は定められた基準とがん治療に必要な設備が確保されています。これらの病院間でも格差があります。それぞれのホームページなどで公開されている治療実績（手術数や進行度別の生存期間、呼吸器内科と呼吸器外科など関連する診療科で定期的な検討会を開き、綿密な横のつながりを有しているか、必要な専門医がいるか、など）が参考になりますが、それによって優劣が決まるわけではないのでご注意ください。

また、一般病院のなかにも、特定のがんには優れた治療実績を有しているところがあります。お住まいの地域でどこが優れているかは、かかりつけ医に相談するとよいでしょう。肺がんの治療を受ける際には、**繰り返し入院**や、治療後の定期的な通院が必要となる場合があります。ただ単に大きな病院というだけで遠方の病院を選ぶよりも、ご自身やご家族が実際に通えるかどうかを考慮に入れて選ぶことも大事です。

▶ 国立がん研究センターがん対策情報センターがん情報サービス **がん診療連携拠点病院一覧**
<http://hospdb.ganjohe.jp/kyotendb.nsf/>

用語解説

がん診療連携拠点病院

国の「第三次対がん10ヵ年総合戦略」の一環としてがん医療水準均てん化を目的にどの地域に住んでいても一定の基準を満たす病院でがんの治療を受けられるよう国が指定している病院です。がん専門医、放射線治療医、放射線治療施設、緩和ケア、がん相談、がん登録などの要件を満たしていなければなりません。

繰り返し入院

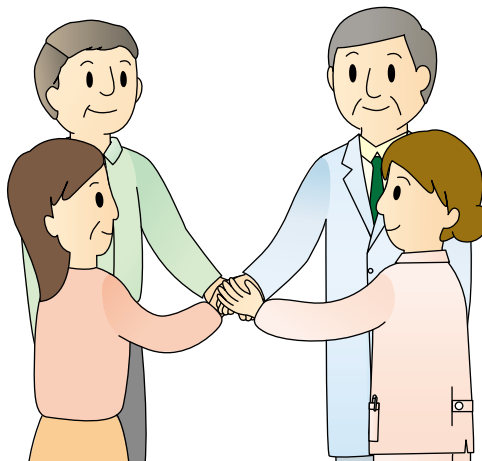
肺がんの抗がん剤治療を受ける際に抗がん剤を点滴する前後数日間は入院し、その後は通院で治療する病院が増えてきました。患者さんにとっては、より多くの時間を住み慣れた家で家族と過ごせる利点があり、総医療費も低く抑えられる場合があります。肺がんの抗がん剤治療は数回繰り返しますので、抗がん剤治療のある時だけ、繰り返し入院します。

主治医にはどのように接したらよいですか

012

A 主治医は患者さんがどのような状態なのか最もよく知っています。今後患者さんが適切に肺がんを治療していく上で、主治医との信頼関係は非常に重要です。欧米では患者さんと医師との適切な信頼関係の成立には、患者さんにもそれなりの責任があると言われています。主治医が持っている能力や技術を最大限に引き出すためには、よりよい人間関係が必要です。これは医師や看護師の努力だけでなく患者さんやご家族との協力の上で成り立ちます。患者さん、ご家族、医師がそれぞれ互いの人格を尊重し、双方の立場を理解して接することも大事です。(推奨度◎)。

わからないことがあれば遠慮せずに主治医に尋ねてください。詳しく話を聞きたい時は、主治医に相談のための時間を割いてもらいましょう。通常の外来診察時間には、ほかに多くの患者さんもあり、ゆっくり相談できない場合もあるでしょう。1) 主治医の空いている別の時間に予約する、2) 入院時、退院時に詳しく説明を受ける、など各病院でも工夫しているので尋ねてみましょう。じっくり話を聞くことによって、肺がんのこと、治療のことをより深く理解でき、主治医との信頼関係を築くことができるでしょう。



A 大切なことは、肺がんになった時にどのような治療を受けるのかということです。そのために主治医から①肺がんの種類（組織型）*、②肺がんの拡がり（進行度）**、③年齢、元気さ、各臓器機能などを勘案して推奨される標準治療と、その治療の効果、副作用、④そのほかの治療の可能性について説明を受けることになります。このような大切なポイントを説明してもらい、そこから導き出された最も適切な治療について主治医と患者さんとで治療方針を決めることをインフォームド・コンセントといいます。一通りの検査が終了した段階で、主治医から上記のポイントを説明してもらえるはずですが、大切な内容なので、メモをとるか主治医から説明内容のメモをもらうとよいでしょう。以上のポイントが把握できていれば、セカンドオピニオン（Q017参照）を求める時や、本書で詳しい治療法を調べる際も、より適切な回答が得られるでしょう。

▶ *、** 第4章「治療概要」の解説参照



説明を受けるにあたって準備することはありますか

A 肺がんについての説明および同意（インフォームド・コンセント）には、あなたの健康や生活を左右しかねない大切な内容が含まれています。説明をしっかりと理解するためには、あなた自身に動揺があってはいけません。がんと向き合うための「こころの道しるべ」（Q018参照）を参考にして、まずあなた自身のこころを落ち着かせましょう。また、信頼できるご家族や友人に付き添ってもらい、一緒に説明を受けると緊張も和らぎ聞き逃しも減ります。親族や友人に信頼できる医療関係者がいると、さらに病状を理解する手助けになるでしょう。

あなた自身が肺がんについて大まかな予備知識を持っていることも、主治医の説明を理解する手助けになります。国立がん研究センターや特定非営利活動法人西日本がん研究機構（WJOG）のホームページには、市民向けの肺がん情報が提供されているので、あらかじめ読んでおくとよいでしょう。

なお、肺がんの診断、治療方法は日々進歩しています。ホームページで提供している情報も最新のものに更新するよう心がけていますが、全てを網羅できているとは限りませんので、目安（参考）としてください。

- ▶ 国立がん研究センターがん対策情報センターがん情報サービス
<http://ganjoho.jp/public/index.html>
- ▶ 特定非営利活動法人西日本がん研究機構（WJOG）
<http://www.wjog.org/>

主治医の勧める治療をどのように判断したらよいですか

A 主治医は、患者さんの肺がんの種類と進行度に、年齢や体力などの要素を加えて、患者さんに最も適した治療を選んでくれると思います。あなたに適した標準治療が何であるかは、本書の進行度別の治療法を読んでいただければわかると思います。最適の治療と判断するためには、判断材料となる情報が必要です。重要なポイントを主治医からよく聞いておきましょう（Q013参照）。

もし、主治医から提案された治療が、本書で推奨する標準治療と異なることがあれば、主治医に尋ねてみましょう。年齢や合併症など、標準治療ができない理由があると思われる。

また、セカンドオピニオンの制度がありますので、ほかの専門医に相談するとよいでしょう（Q017参照）。

時には主治医からいろいろな治療法を説明され、一つ選ぶように言われることもあるでしょう。患者さんに一方的に治療法を選ぶように言われても、がんの専門家でない患者さんは困ってしまいます。それは多くの場合、治療に甲乙つけがたく、主治医自身が迷っている時です。どの治療がよいか選ぶには、効果と副作用、治療の苦痛、治療期間、入院が必要か否か、治療費用（分子標的薬は高額となることが多い）などが判断材料になりますので、自分自身の人生観や生活状況に照らして考えてみましょう。判断材料に一長一短があって決めかねる場合は、主治医に、最も適切な標準治療は何なのか尋ねてみましょう。また、主治医に「わたしが先生の家族だったらどの治療を選びますか」と尋ねるのもよいでしょう。より客観的に治療を選択する場合は、本書や国立がん研究センターのホームページ（33ページ参照）などを参考にしてください。また、Q017のセカンドオピニオンを活用してください。

セカンドオピニオンとはなんですか

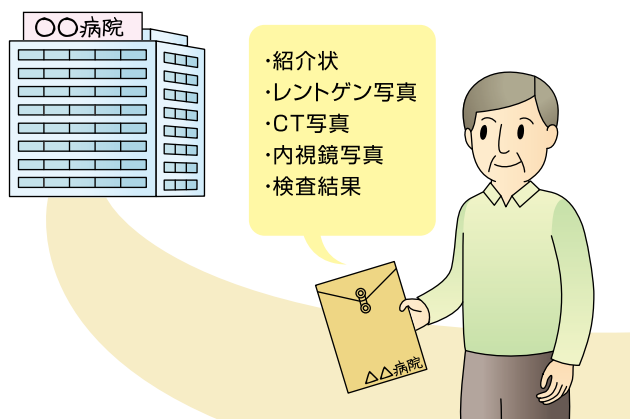
A 現在の主治医でない別の医師の意見のことを、セカンドオピニオンといいます。複数の医師の意見を聞くことにより、自分にとって適切な治療を自ら考える機会になります。欧米で普及していますが、日本でもセカンドオピニオンを受け入れている病院が増えてきました。セカンドオピニオンを受ける際には、肺がんの専門家に意見を求めましょう。日本臨床腫瘍学会では、専門医を養成し、厳しい試験を実施して、がん専門医を認定しています。この専門医は、がん全般の知識を有しているほか、抗がん剤治療と副作用対策に一定の知識と技術を有しています。日本臨床腫瘍学会のホームページに、専門医一覧が掲載されていますので参考にしてください。放射線治療に関してのセカンドオピニオンは、日本放射線腫瘍学会のホームページに日本放射線腫瘍学会認定医名簿が掲載されていますので、これを参考に放射線治療専門医にお尋ねください。

なお、セカンドオピニオンは、診療でなく相談ですので、セカンドオピニオンを受ける病院では原則として健康保険は使えません。費用は病院が独自に決めています。30分5千円から2万円程度（平均1万円程度）です。また、紹介と異なり、第三者の意見を聞くことを前提にしていますので、セカンドオピニオンを受ける病院に転院する（病院を変える）ことではありません。病院が変わる場合は、別に転院紹介の手続きが必要ですので、間違えないようにしてください。

- ▶ 日本臨床腫瘍学会 <http://jsmo.umin.jp/>
- ▶ 日本放射線腫瘍学会 <http://www.jastro.or.jp/>
- ▶ 日本呼吸器外科学会 <http://www.jacsurg.gr.jp/>

セカンドオピニオンはどのようにしたら受けられますか

A 平成18年から、セカンドオピニオンを受けるために主治医に紹介状を書いてもらうことが健康保険で認められています。セカンドオピニオンを希望することを主治医に申し出て、肺がんの診断経過や検査の情報を紹介状に書いてもらいましょう（推奨度◎）。セカンドオピニオンを申し出る際は、あらかじめどこの病院のどの医師にセカンドオピニオンを求めたいのか決めてから、依頼するとよいでしょう。また、どの医師にセカンドオピニオンを求めたらよいか分からないときには、主治医に紹介してもらうこともできるでしょう。よりよいセカンドオピニオンを受けるには、X線写真やCT写真、内視鏡写真など、今までに実施した検査資料を病院から借りて持参することをお勧めします（推奨度◎）。また、可能な限り、本人自身がセカンドオピニオンを聞きに出向くことです（推奨度◎）。どこの病院でセカンドオピニオンを受けられるかは、主治医に尋ねるか、がん診療連携拠点病院のホームページを調べてみてください。全国のがんセンター、がん診療連携拠点病院のほとんどがセカンドオピニオンを受けつけています。また、がんの診療に力を入れている大学病院や総合病院も、セカンドオピニオンを受けつけるところが増えてきました。



肺がんと言われ不安でしかたないのですが どうしたらよいでしょうか

A 肺がんと言われ診断されて不安のない人はいません。不安になるのは正常なところの反応なのです。ただ、多くの患者さんは、2週間ほどのうちにところが落ち着いてきます。落ち着いてきたら、自分の肺がんにはどういう治療が適切なのか主治医から説明を受け、治療のための準備をしましょう。治療の方向が決まれば不安も和らぎます。また、不安の多くは情報不足からくるものですので、主治医から治療方針についてさらに詳しく説明を受けることも大事ですし、場合によっては薬物（抗不安薬）も効果があります。また本書で解決法を知ることにより気持ちが落ち着くでしょう。

がん患者さんのところの悩みについて、東海大学医学部教授・精神医学 保坂隆先生監修の小冊子「ところの道しるべ がんに向き合うために」（アストラゼネカ株式会社 2007年発行）より引用した内容を紹介します。

1. 気持ちが落ち込んでしまったら

——ところの中にあることを、周囲の親しい人にありのまま話してみましょう。

気持ちが落ち込んでしまった時には、1人で悩んだり、イライラしていないで、家族でも友達でも、ところを許せる人に、今の自分のところの中にあることを十分に話してください

2. 気分の落ち込みが長く続く時

——気分の落ち込みが長く続く場合は、早めに専門的なところのケアを受けましょう。

気分がふさぎこんで、食事や睡眠などの日常生活に支障がある状態が長く続く場合には、思いきって専門的なところのケアを受けることが大切です。

3. 病気がよくわからなくて不安なら

—自分のがんについての知識を集めて整理してみましょう。

自分のがんのことを正しく理解していますか？ 難しいことはわからないとあきらめていませんか？ 誤解していることもあるかもしれません。病気についての情報は本やインターネットで調べることもできます。

本書では、肺がんに関する正しい情報を網羅していますので調べてみてください。

4. 治療や副作用のことが気になるなら

—主治医とは納得できるまで話し合い、信頼関係を築きましょう。

がんの状態や治療方法とその効果および副作用について、主治医の説明をよく聞いてそれを理解するようにしましょう。主治医は患者さんの病気の状態を一番よく知っている頼もしいパートナーです。お互いが合意し納得することで、積極的に治療に取り組むことができます。

5. なぜ病気になったのか考えてしまう時

—自分や周囲を責めるのはやめましょう。

がんになったのは誰のせいでもありません。理由や原因を考えるよりも、がんを受け入れてこれからの生き方を考えることによって、今後の生活をより自分らしくしていくことができます。

6. 死を考えてしまう時

—「がんイコール死」と思い込まないようにしましょう。

医学の進歩はめざましく、新しい治療法の開発や導入が進んだことにより治るがんも増えてきました。そのため「がんイコール死」という考え方は正しいものではなくなってきました。つまり、がんは長い間つき合っていく病気になってきたといえるでしょう。

7. ひとりぼっちと感じたら

—支えてくれる人たちとのつながりを強くしましょう。

主治医や看護師だけでなく、まわりにいる家族・友達・仲間・同僚たちとのつながりを大切にしましょう。心理的な支え（話をすること、励

まし合うことなど）や現実的な援助（病院への送迎、情報の収集など）によるつながりの強さが、力を与えてくれます。

8. リラックスするために

——リラックスする方法を身につけましょう。

不安感や恐怖感が続くと、心身の緊張状態がいつそう高まることが多いようです。この緊張状態は心理的なものばかりでなく、身体のだまざまな症状にも現れてきます。そのような時には、身体をリラックスさせる方法を身につけて、心身の緊張状態を和らげましょう。リラックスすることは、身体にもこころにも大事なことです。

9. 自分の言いたいことを我慢している時

——イヤなことは「イヤ」と断る勇気を持ちましょう。

まわりの人に遠慮しすぎて、自分の言いたいことを我慢することはストレスの原因になります。イヤだと思うことを断ることはわがままとは違います。イヤなことは「イヤ」と断る勇気を持ちましょう。意思表示をすることによって、まわりの人とのコミュニケーションをよりよいものにすることもあるのです。

10. これからのことを考える時

——自分らしさを大切にがんと向き合しましょう。

がんは、以前に比べて長くつき合っていく病気になってきました。自分のがんと向き合い方を見つけてください。生き方や困難な状況への対処方法は人それぞれであり、自分にとっての向き合い方を見つけることが重要なのです。

